



## *Câmara Municipal de São Caetano do Sul*

Senhor Presidente,

INDICAMOS AO EXMO. SENHOR PREFEITO MUNICIPAL, nos termos regimentais, que se digne determinar à SECRETARIA COMPETENTE, **implantação do desjejum nas UBS - Unidades Básicas de Saúde, e outras que realizem exames de sangue.**

A solicitação se faz necessária, pois os munícipes que utilizam a rede de saúde do município reclamam que após o exame de sangue não é fornecido o desjejum, sendo que é de suma importância para muitos.

A importância do café da manhã após o exame de sangue pode ser relevante para diversas condições de saúde, após o jejum, a ingestão de alimentos proporciona uma sensação de saciedade e bem-estar. Isso pode ser especialmente relevante para aqueles que passaram horas sem comer antes dos exames.

Após um período, sem ingerir alimentos para exames de sangue, é comum que o paciente se sinta fraco, tonto ou com fome. Tomar o desjejum ajuda a prevenir a hipoglicemia (queda de açúcar no sangue) e a proporcionar conforto ao paciente.



## *Câmara Municipal de São Caetano do Sul*

A medida que avançamos na idade, a importância do jejum após exames de sangue ganha uma relevância ainda maior. É fato que São Caetano do Sul possui uma população idosa expressiva, o que faz com que esta prática não seja apenas uma formalidade, mas uma estratégia nutricional fundamental para promover o bem-estar.

Além de prevenir desconfortos físicos, o jejum é vital para estabilizar parâmetros sanguíneos, como glicose e lipídios. Isso não apenas promove uma avaliação mais precisa da saúde metabólica, mas também pode oferecer insights valiosos para a gestão de condições crônicas comuns em idosos, como diabetes e doenças cardiovasculares.

Para pacientes com doenças crônicas, como diabetes, doenças cardíacas ou distúrbios metabólicos, a gestão da dieta é fundamental, e fazer exames após exames é fundamental que faça parte da gestão das Unidades Básicas de Saúde e Clínicas que tenham o procedimento, garantindo que o paciente receba os nutrientes necessários e mantenha o controle sobre fatores como a glicose e os lipídios.

Diabéticos que fazem exames que requerem jejum podem estar em risco de desenvolver hipoglicemia após o procedimento.

Sendo assim, o jejum ajuda a prevenir a queda perigosa nos níveis de açúcar no sangue, causando sintomas como fraqueza, tontura e irritabilidade.

As crianças são geralmente mais ativas e têm uma taxa metabólica mais alta. O jejum fornece a energia necessária para sustentar as atividades físicas e mentais ao longo do dia.



## *Câmara Municipal de São Caetano do Sul*

Ante ao exposto, solicito o acolhimento da  
propositura.

Plenário dos Autonomistas, 23 de novembro de 2023.

**GILBERTO COSTA MARQUES**  
**(*GILBERTO COSTA*)**  
**VEREADOR**